



# ぽかぽか通信

みなさんと、ご縁がつながるよう、ニュースレターを発行しています。  
布団屋らしく、こころもからだも「ぽかぽか」するような  
お付き合いができます様発信していきたいと思ひます。

## CONTENTS

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 1. 「給食懇談会」      | 4. 「父の日」      |
| 2. 「今月の七輪～なす編～」 | 5. 「プールびらき！」  |
| 3. 「めざましクラシックス」 | 6. 「寝るのが楽しみ！」 |

### 【1.給食懇談会】



お菓子がとまらない！？こうじです！

とある機会で、小学校の給食を食べる事になりました。



親が学校で給食を頂きながら今の**学校給食の現状**をお聞きするという企画です。

実は、私は小学校時代は、給食は**大の苦手**でした(^\_^;;  
本当に嫌で、嫌いなものがある日は**ずる休み**もしました  
(-\_-;) しかも当時は、**全て食べない**とお膳を下げてもらえません(>\_<).

よく、皆が 5 時間目、6 時間目と授業を受けている中、給食を終われずに、嫌いなものと戦っていたものです。そして、周りの友達から「がんばれ」「がんばれ」と励まされ泣きながら食べていました。(T\_T) (T\_T) よけい泣けるわ！！

そんな嫌いだった給食も久しぶりに食べてみると、何と**美味しい**じゃないですか！私が変わったのか、それとも**給食が進化**したのか!?(\*'▽`\*)

ちなみに当日のメニューはサッカーW杯という理由で  
**「ブラジル料理」**でした\*¥(^o^)/\*



※豊橋には 4 箇所の給食センターがあり、市内小中学校 74 校に供給しているとの事です。運営は、公営 2、民間 2 となっています。どうも、美味しさに差があるらしいですよ(^\_^;;

## 【2.今月の七輪～玉ねぎ編～】



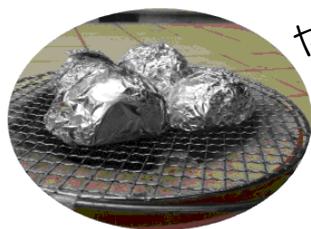
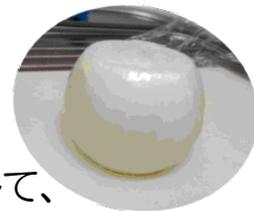
七輪研究家? こうじです。

玉ねぎは、よくバーベキューなどで、こげこげになってしまう代表格なのですが、私自身は好きなので、もっと**美味しく**食べれないだろうかと・・・

玉ねぎを丸ごと、七輪で焼いてみました(\*^▽^\*)

丸ごとだと、火のとおりがどうかと、不安だったので半分にカットして、**ホイルに巻き**して七輪の上に。焼けているのかどうかわからないまま、

20分ほどでホイルを開けてみました。ホクホクの玉ねぎが登場です！



やっぱり、**甘くて美味しい!!**(^o^)/

その後にもっと長く焼いた(30分ほど)

玉ねぎは、柔らかくなって、  
より美味しかったのです。



それでも丸ごと1個はちょっとくどいかな。(^^)

## 【3.めざましクラシックス】



じわじわとやって来る「日焼けの季節」がコワイ美和です(´Д`)

陽香の習っている**ヤマハピアノ教室**の紹介で、みなさんもお存知だと思いますが、「めざましテレビ」の軽部さん、バイオリニストの高島ちさ子さんが出演されている「めざましクラシックス」に行く機会がありました。

「クラシックをもっと身近に！」を、コンセプトのもと、子供にも馴染みのある選曲、わかりやすい説明&トークで、約2時間くらいでしたが、久しぶりに**生の弦楽器の音色**を聞いて(弦楽器4台+ピアノ1台のクインテットの構成でした。)

「陽香もバイオリン習わせようか!??」(無理ですが…(-\_-))なんて、ちょっと考えてしまうくらい、**感動**しました!やはり、CDで聞くのとはわけが違う「生」の**迫力**を感じました(^o^)!

たまには**クラシック**でゆったりするのもいいですね!

帰りに、なんと**軽部さん**に遭遇して私だけ??大興奮!

ちゃっかり子供達と写真を撮っていただきました!

とても気さくで良い方でした(^o^)/



## 【4.父の日】



毎年、「母の日」「父の日」と来るわけですが、残念ながら「影が薄い感」が拭えない「父の日」(お父さん方ゴメンナサイ)(-\_-;)。しかし、子供が生まれてから、自分たちも「母」「父」を毎年実感するイベントにもなっています(^O^)。それにしても今の子供って、そういうイベントを忘れずに、「なにかしよう！」って、毎年考えているみたいです。そして、今年は「父の日」に「一人でぜんぶカレーを作る！」と、

言い出しました。包丁さばきもおぼつかない陽香を横目に、「なるべく手は出すまい！！」と、こらえている私！

(((((;°∩°)))) 我慢我慢です！

一生懸命やっている陽香の姿に、

子供の成長を垣間見ました！(#^.^#)。

一生懸命作ってくれたカレーの味は「最高！」でした！



## 【5.プールびらき！】

プールのきせつがきて、うれしいはるかデス(#^.^#)。

6月3日に学校のプールびらきがありました。

1年生と2年生は、小プールでじゅぎょうをしますが、

3年生からは、大プールで練習をします。

小プールの深さは、1,2年生の時でいうと、私のむねのところぐらいでした。

今の大プールは、私のあごのところぐらいです。(;´▽`)

小プールは、どこの場所でも、同じ深さですが、大プールは、すすむにつれて、

だんだん深くなっています(((;(°∩°))))。なので、小さいじゅんでならんで

入っています。今は深いけど、6年生ぐらいになると、

大プールでも深くなくなるのかな〜ヾ(\*´▽`\*)ノ

なんて、思いました。



# 【6.寝るのがたのしみ！】

このコーナーでは「眠ること」や「お布団」にかかわるあれこれを綴りたいと思います。

## 早起きするには??

私は早起きをするのが、**苦手**です。(\*\_\*;

それでも、何とか**早起き**をしたいと思い、

**5時**にタイマーをかけるのですが、そこから自分との闘いが・・・

だいたい**負け**ます！(6時頃になります。)

早起きをすると、どんな**いい事**があるのでしょうか？ 私が思うには、**2つ**あります。

①**自由な時間**ができる。普段なかなか、できない事をその時間を使ってすることができる。また、**ゆったりした空間**もできる。

②**早く寝る**ことができる。当然、早く起きればその分だけ眠くなる時間は早まるはず？

さっと睡眠につければ心身とも休まることも。**自己管理**にもつながります。

そう言っても、出来ないのが**早起き**。(^^)

次回より自身を実験のもと「**早起きの習慣への道**」を報告していきたいと思います。



世の中、サッカーに夢中ですが、ラグビーもいいですよ！



世の中、サッカーに夢中ですが、クラシックもいいですよ！



世の中、サッカーに夢中だけど、サッカーわかりませ〜ん。σ(´▽`)



楽天市場にてショップ「sunny days」も展開中！  
お時間のある時に覗いてね♪

サニーデイズ 布団

検索

このニュースレター「ワクワクのはじまり」を理念に掲げる

お布団のお店【小林株式会社】が発行しております。

〒441-8008 愛知県豊橋市三ツ相町 244-1

☎：0532-31-6816 fax：0532-31-3969

携帯：090-1294-4961

e-mail：kobayashi-futon@w7.dion.ne.jp